

Galette | grünes Gemüse | Parmesan | Sauerrahm



(4 Portionen)

Teig:

250 g Dinkel- Vollkornmehl

80 g kalte Butterwürfel

1 Ei

1 TL Salz

Ca. 5 - 7 EL Wasser

Alle Zutaten, am besten in einer Küchenmaschine zu einem geschmeidigen Teig verarbeiten.

Zu einer Kugel formen, in Frischhaltefolie einpacken und für mindestens 30 Minuten rasten lassen.

Kasa

Fülle:

100 g rote Linsen

200 ml Wasser

600 g gemischtes grünes Gemüse (bissfest gekocht)

Z.B. Brokkoli, Zucchini, Lauch, Spargel, Kohlrabi...

1 Zwiebel

1 TL Salz

Pfeffer

1 – 2 EL Bärlauchpesto

2 EL Olivenöl

4 EL geriebener Parmesan

Die Linsen unter fließendem Wasser gut waschen und mit der doppelten Menge Wasser, zugedeckt für ca. 5 Minuten kochen.

Die Zwiebel in feine Streifen schneiden und zum gekochten Gemüse geben.

Mit Salz, Pfeffer und Pesto marinieren.

Den Teig in 4 Teile schneiden, zu Kugeln formen, dünn ausrollen und auf Backpapier legen.

Die Gemüsefülle in die Mitte geben und den Teig rundherum einschlagen.

Etwas Parmesan darüber reiben und die Galette bei 180 Grad für ca. 20 Minuten backen.

Anrichten:

4 EL Bärlauch-Pesto

1 Becher Sauerrahm

Salz

1 EL Apfelessig

Den Sauerrahm mit Apfelessig und Salz würzen. Die Galette mit der Sauerrahmsauce, etwas Pesto und frischen Kräutern anrichten.



Kosa.